

**UPAYA MENINGKATKAN PENGETAHUAN TERAPI *SLOW STROKE*  
*BACK MASSAGE* UNTUK MENURUNKAN  
TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI  
DENGAN MEDIA *BOOKLET***

Nori Lapitasari, Eska Dwi Prajayanti  
[norilapitasari19@gmail.com](mailto:norilapitasari19@gmail.com)  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

**INTISARI**

**Latar Belakang;** Hipertensi pada Lansia adalah keadaan ketika seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal atau tekanan sistolik lebih tinggi dari 140 mmHg dan diastoliknya diatas 90 mmHg. Hipertensi pada orang dengan lanjut usia adalah terjadinya kehilangan elastisitas pembuluh darah hal ini terjadi karena kurangnya efektivitas pembuluh darah perifer untuk oksigenasi. Terapi *slow stroke back massage* memperlancar aliran energi dalam tubuh sehingga gangguan hipertensi dan komplikasinya dapat diminimalisir, ketika semua jalur energi terbuka dan aliran energi tidak lagi terhalang oleh ketegangan otot. Kurangnya pengetahuan masyarakat khususnya lansia ataupun keluarga yang memiliki anggota keluarga lansia tentang penanganan hipertensi membutuhkan media yang tepat sebagai sarana edukasi kesehatan, salah satunya adalah *booklet*. **Tujuan;** *Booklet* yaitu memberikan informasi tentang manfaat dan tahapan terapi *slow stroke back massage* sebagai pencegahan agar tidak terjadi komplikasi dari hipertensi sehingga kualitas hidup tetap baik di masa senja. **Deskripsi Luaran;** *Booklet* memuat judul, pokok materi secara terperinci diperoleh dari referensi yang digunakan. Isi materi meliputi pengertian hipertensi, kriteria, penatalaksanaan, pengertian terapi *slow stroke back massage*, manfaat, yang diperbolehkan, yang tidak diperbolehkan melakukan terapi *slow stroke back massage*, persiapan melakukan terapi *slow stroke back massage*, tahapan terapi *slow stroke back massage*. **Kesimpulan;** *Booklet* tentang terapi *slow stroke back massage* dapat memberikan informasi dan pengetahuan dalam menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi ataupun keluarga yang memiliki anggota keluarga lansia hipertensi.

**Kata Kunci :**

Hipertensi pada Lansia, Terapi *Slow Stroke Back Massage*, *Booklet*.